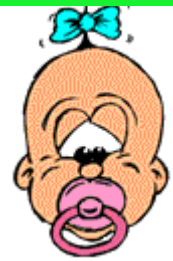


# Jak oduczyć dziecko ssania smoczka?



Smoczek to, w pewnym sensie przyjaciel dziecka, a zatem moment rozstania z nim może okazać się trudny. Oduczanie dziecka od smoczka w każdym przypadku wygląda inaczej, warto jednak znać kilka metod, dzięki którym mamy szansę osiągnąć zamierzony cel.

Dziecko przychodzi na świat z odruchem ssania, niezbędnym by noworodek mógł jeść. Jednak ssanie, to coś więcej niż sposób odżywiania. Ssanie piersi to wtulanie się w mamę, która jest gwarantem bezpieczeństwa. Maluch domaga się ssania nie tylko, by zaspokoić głód, ale także by oswoić strach, ukoić ból, otrzymać porcję czułości. Dlatego odruch ssania łatwo przemienia się z instynktownej potrzeby w świadomą przyjemność, z której trudno zrezygnować.

Właściwa chwila na odstawienie smoczka to sprawa indywidualna, bo wszystko zależy od predyspozycji dziecka. Nie można jednak zbyt długo zwlekać z odstawieniem smoczka, gdyż może to niekorzystnie wpłynąć na rozwój dziecka. Chodzi tu o powstanie wady zgryzu i co za tym idzie wady wymowy. Najlepszy wiek na odstawienie smoczka to 8 – 9 miesięcy, wtedy maluch bardziej zaczyna się interesować światem zewnętrznym. Niestety nie zawsze się to udaje. Zdarza się, że dzieci same odrzucają smoczek, częściej jednak aby tak się stało, trzeba włożyć w to trochę wysiłku. Należy stosować metodę stopniowego odzwyczajania. Nie dawać smoczka w określonych momentach, np. na spacerze. Na początek zrezygnujcie z pomocy smoczka w dzień. Spróbujcie „zapomnieć” zabrać go ze sobą na dłuższy wyjazd. W zamian możemy wtedy podarować dziecku nowego przyjaciela - przytulankę.

Najtrudniej będzie zrezygnować z pomocy smoczka wieczorem, przy zasypianiu, ale i to może się udać. Warto zredukować w tym czasie niemowlęce drzemki i kłaść dziecko spać tylko raz w ciągu dnia (nie za późno). Nowy rytuał przed zaśnięciem np. przebywanie przy dziecku w chwili zasypiania, nucenie kołysanki, czule głaskanie pomoże niemowlęciu zasnąć bez smoczka.

W przypadku starszego malucha, który wiele rozumie, ale też jest zagorzałym zwolennikiem smoczka, można i trzeba zastosować bardziej wyrafinowane sposoby. Można spróbować metody „dobrowolnego” oddania smoczka innemu malutkiemu dziecku, zwierzątku, Mikołajowi - w zamian za prezent. Mówimy dziecku, że jakieś lubiane przez niego zwierzątko ma małe dziecko i ono bardzo płacze, a on jest już duży i może mógłby pomóc i oddać swój smoczek. Zwierzątko może potem z wdzięczności przynieść mu jakąś nagrodę.

Można urządzić uroczyste pożegnanie ze smoczkiem w formie przyjęcia-bankietu, z ulubionymi smakołykami i muzyką. Zaprosić ukochaną przez dziecko ciocię, babcię i dziadka. Kluczowym programem będzie spakowanie smoczka i oddanie go rodzicom, którzy w zamian obdarują dziecko upominkiem, a smoczek wyślą do krainy, w której czekają na niego inne smoczki odesłane przez dzieci z całego świata. Uonorujmy pociechę medalem. Istotne jest to, żeby czuł, że jesteśmy z niego dumni.

Można zaproponować dziecku oddanie smoczka pani ekspedientce w sklepie w zamian za zabawkę. Jeśli maluch zgodzi się na nasze propozycje, należy konsekwentnie wytrwać w podjętej decyzji. W momentach, gdy będzie domagał się smoczka, należy przypomnieć mu, że przecież sam oddał pani, innemu dziecku, kotkowi itp. Nie można ugiąć się pod ogromem płaczu, żalu, poddawać się. Jeśli w tej sytuacji skapitulujesz i podasz smoczek, maluch następnym razem będzie płakał dłużej i intensywniej, ponieważ przekonał się, że to skutkuje.

## Ważna uwaga !

Dziecko można odzwyczajając od smoczka wtedy, gdy nie towarzyszą temu inne poważne zmiany w życiu rodziny. Nie wolno zabierać dziecku smoczka w sytuacji stresu, np. gdy właśnie idzie do żłobka, jest chore lub mama wraca do pracy.

